健康なカラダで Let's Dance!!

第28回

先ずは整形外科の受診を！

鈴木伸治（のぶはる）
常葉大学
保健医療学部理学療法学科教授

皆さんお元気ですか？　先月号に続いて今月号も担当いたします。今回のタイトルはずばり「先ずは整形外科の受診を！」です。先月号で取り上げた「外反母趾」では整形外科もあまり頼りにならないような話でしたが、今回は名誉挽回！です。随分前の統計になりますが、病院に億劫がらずに行く人は、病院に行きたがらない人に比べて長生きかもしれない、ということが示唆されていました。なんでも症状が軽いうちにちゃんと治すほうが、悪化したり、合併症を併発するよりは確かに良いかもしれません。病院にあまり行かない人に言わせると、風邪くらいで病院に行くのは日本人くらいで、欧米人はハーブで治すそうですし、風邪くらいで病院に行くと健康保険の財政も圧迫されるので良くないそうです。まぁ、すべてにおいて賛否両論はあるものですね。

それでは、ぼちぼち本題に戻りましょう。整形外科を受診する方の多くは腰、膝、そして肩の痛みがある方です。診察室に入ると白衣を着た整形外科医が待っています。まず問診からで、医師からその痛みが何故起きたかを解明するのに必要な質問をされます。朝起きた時にすでに痛かったのか、何かの動作をきっかけとして痛みが現れたのか、その痛みはとる姿勢によって変化するのか、姿勢にかかわらず常にあるのか、熱があるのか、などなど詳しく聞かれます。

次に診察です。歩き方を観察するため、歩いてみてくださいと言われます。つま先を上げて歩けるか、つま先だけで歩けるか、腰を曲げられるか…、など詳しく調べられます。さらに、腫れているところがあるか、指先で押して痛むところがあるか、手のひらで押して痛むところがあるか、触って熱いところがあるか、動かして痛むところがあるか、関節に運動制限があるか、関節にぐらつきがないか、など細かくチェックされます。続いて、必要な画像診断、例えばレントゲン写真の撮影などや必要な血液検査を受けることになります。

問診、診察、そして検査結果から、その痛みがなぜ起きたのかが客観的かつ科学的に解明されていきます。原因が分かれば、標準的な治療法が分かります。整形外科医から標準的な治療を含め、いくつかの治療法について説明を受け、それぞれの得失について理解したところで納得した治療法を選択することになります。また、横道に逸れますが、これがいわゆる「インフォームドコンセント」というものです。どの治療法にも納得できない場合は、他医を紹介してもらうことができます。そして他医を受診して、同じように問診、診察、そして検査を受けて医師から説明を受けることを「セカンドオピニオン」と言います。

問診、診察、そして検査という科学的な流れから、驚くべき原因が明らかになることがあります。痛みの原因が悪性腫瘍であったり、骨の結核などであったりすることもあるのです。腰、膝、そして肩の痛みというのはほとんど誰もが経験するもので、決して珍しいものではありません。まさか自分の痛みが悪性腫瘍を原因として起きているだろうと最初から考える人は滅多にいません。友達の勧めや口コミなどで、整形外科医を受診しないまま漫然と民間療法だけ続ける方もきっとたくさんいらっしゃると思いますが、こういうこともあるのだということを知っていただけると安心です。それでは腰痛、膝痛、肩痛なんかにめげずレッツ・ダンス！